

ОВЗ 1-11 кл

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
120	Биточки из свинины <i>мясо свинины (бек), молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, чеснок, соль</i>	Са-608, Fe-8, К-857, Mg-122, P-599, В1-2, ВитаминЕ-34, Калорийность-384, Белки-17, Жиры-29, Углеводы-16, ВитаминС-4	41-14
150	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-22, Fe-1, К-93, Mg-24, P-63, ВитаминЕ-9, Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33	10-92
50	Бутерброды с сыром <i>хлеб пшеничный, сыр голландский, масло сливочное</i>	К-60, P-137, Са-198, ВитаминЕ-1, Fe-1, Mg-14, Калорийность-153, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-18	20-53
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-41
Итого за Завтрак		Са-828, Fe-10, К-1 010, Mg-160, P-799, В1-2, ВитаминЕ-44, Калорийность-834, Белки-29, Жиры-45, Углеводы-82, ВитаминС-4	75-00
<u>Обед</u>			
90	Салат из свежих помидоров <i>помидоры свежие, масло растительное, соль</i>	Fe-1, Mg-17, К-242, P-22, Са-30, ВитаминЕ-3, Калорийность-68, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3, ВитаминС-22	10-40
250	Суп картофельный с яйцом <i>картофель, яйцо, мясо говядины, морковь, лук, масло сливочное, соль, лавровый лист</i>	Са-82, Fe-4, К-820, Mg-44, P-272, ВитаминЕ-1, Калорийность-152, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминС-24	15-34
200	Рагу из птицы <i>картофель, мясо птицы 40, капуста, морковь, лук, томатная паста, масло растительное, соль, мука пшеничная, лавровый лист</i>	К-626, ВитаминЕ-3, Mg-34, P-77, Са-20, Fe-1, Калорийность-238, Белки-15, Жиры-12, Углеводы-17, ВитаминС-22	33-28
200	Компот из свежих плодов (2 вар) <i>яблоки, груши, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, лимонная кислота</i>	P-6, Са-8, Mg-5, К-52, Калорийность-142, Углеводы-50, ВитаминС-15	13-60
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-38
Итого за Обед		Fe-6, Mg-100, К-1 740, P-377, Са-140, ВитаминЕ-7, Калорийность-692, Белки-25, Жиры-24, Углеводы-111, ВитаминС-83	75-00
Итого за день		Са-968, Fe-16, К-2 750, Mg-260, P-1 176, В1-2, ВитаминЕ-51, Калорийность-1 526, Белки-54, Жиры-69, Углеводы-193, ВитаминС-87	150-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

Директор

Дьячкова Е.Ю.

Соц питание

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
120	Биточки из свинины <i>мясо свинины (беск), молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, чеснок, соль</i>	Са-608, Fe-8, К-857, Mg-122, P-599, В1-2, ВитаминЕ-34, Калорийность-384, Белки-17, Жиры-29, Углеводы-16, ВитаминС-4	41-14
150	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-22, Fe-1, К-93, Mg-24, P-63, ВитаминЕ-9, Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33	10-93
50	Бутерброды с сыром <i>хлеб пшеничный, сыр голландский, масло сливочное</i>	К-60, P-137, Са-198, ВитаминЕ-1, Fe-1, Mg-14, Калорийность-153, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-18	20-52
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-41
Итого за Завтрак		Са-828, Fe-10, К-1 010, Mg-160, P-799, В1-2, ВитаминЕ-44, Калорийность-834, Белки-29, Жиры-45, Углеводы-82, ВитаминС-4	75-00
Итого за день		Са-828, Fe-10, К-1 010, Mg-160, P-799, В1-2, ВитаминЕ-44, Калорийность-834, Белки-29, Жиры-45, Углеводы-82, ВитаминС-4	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

Директор

Дьячкова Е.Ю.

Соц нач школа

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
120	Биточки из свинины <i>мясо свинины (беск), молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, чеснок, соль</i>	Са-608, Fe-8, К-857, Mg-122, P-599, B1-2, ВитаминЕ-34, Калорийность-384, Белки-17, Жиры-29, Углеводы-16, ВитаминС-4	41-14
150	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-22, Fe-1, К-93, Mg-24, P-63, ВитаминЕ-9, Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33	10-93
1	Шоколадка		17-02
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-41
30	хлеб пшеничный	Са-6, К-28, Mg-4, P-20, Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-50
Итого за Завтрак		Са-636, Fe-9, К-978, Mg-150, P-682, B1-2, ВитаминЕ-43, Калорийность-760, Белки-24, Жиры-39, Углеводы-79, ВитаминС-4	75-00
Итого за день		Са-636, Fe-9, К-978, Mg-150, P-682, B1-2, ВитаминЕ-43, Калорийность-760, Белки-24, Жиры-39, Углеводы-79, ВитаминС-4	75-00

Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.

Платники

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
250	Суп картофельный с яйцом <i>картофель, яйцо, мясо говядины, морковь, лук, масло сливочное, соль, лавровый лист</i>	Са-82, Fe-4, К-820, Mg-44, P-272, ВитаминЕ-1, Калорийность-152, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-21, ВитаминС-24	15-20
90	Биточки из свинины <i>мясо свинины (бек), молоко цельное, хлеб пшеничный, панировочные сухари, масло растительное, чеснок, соль</i>	Са-456, Fe-6, К-642, Mg-92, P-449, В1-1, ВитаминЕ-26, Калорийность-288, Белки-13, Жиры-21, Углеводы-12, ВитаминС-3	30-90
175	Рагу из птицы <i>картофель, мясо птицы 40, капуста, морковь, лук, томатная паста, масло растительное, соль, мука пшеничная, лавровый лист</i>	К-548, ВитаминЕ-3, Mg-29, P-67, Са-17, Fe-1, Калорийность-208, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-15, ВитаминС-19	28-60
150	Макаронные изделия отварные с маслом <i>рожки, масло сливочное, соль</i>	Са-22, Fe-1, К-93, Mg-24, P-63, ВитаминЕ-9, Калорийность-237, Белки-5, Жиры-9, Углеводы-33	8-70
200	Чай с сахаром <i>сахарный песок, чай</i>	Калорийность-60, Углеводы-15	2-40
40	хлеб ржаной	Калорийность-92, Белки-3, Углеводы-20	2-40
Итого за Обед		Са-577, Fe-12, К-2 103, Mg-189, P-851, В1-1, ВитаминЕ-39, Калорийность-1 037, Белки-40, Жиры-47, Углеводы-116, ВитаминС-46	88-20
Выпечка			
60	Пирожки с яйцом <i>яйцо, мука пшеничная, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-337, Fe-15, К-854, Mg-73, P-1 172, ВитаминЕ-6, Калорийность-1 009, Белки-78, Жиры-75, Углеводы-6	9-50
75	Пирожки с яблоками <i>яйцо, мука пшеничная, яблоки для компота, пироги, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-50, Fe-2, К-122, Mg-11, P-167, ВитаминЕ-2, Калорийность-202, Белки-11, Жиры-13, Углеводы-11	7-10
75	Ватрушка с творогом <i>яйцо, мука пшеничная, творог, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-111, Fe-3, К-194, Mg-20, P-284, ВитаминЕ-2, Калорийность-274, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-5	12-80
75	Пирожки с вишней <i>яйцо, мука пшеничная, вишня для напитка и пирогов, сахарный песок, масло сливочное, дрожжи, соль</i>	Са-34, Fe-1, К-121, Mg-11, P-85, Калорийность-99, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-4	10-80
113	Пицца школьная ТТК <i>яйцо, мука пшеничная, филе цыпленка бройлера 40, сыр российский, томатная паста, сметана, огурцы соленые, масло сливочное, сахарный песок, дрожжи, соль, масло растительное</i>	Са-158, Fe-3, К-259, Mg-22, P-258, ВитаминЕ-1, Калорийность-264, Белки-16, Жиры-19, Углеводы-6, ВитаминС-5	33-90
50	Булочка домашняя <i>мука пшеничная, яйцо, масло растительное, сахарный песок, дрожжи, соль</i>	Са-12, Fe-1, К-28, Mg-2, P-39, ВитаминЕ-4, Калорийность-130, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-7	4-20
75	Пирожок со сгущенным молоком <i>яйцо, мука пшеничная, молоко сгущенное, сахарный песок, масло растительное, дрожжи, соль</i>	Са-129, Fe-2, К-217, Mg-19, P-224, ВитаминЕ-2, Калорийность-244, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-17	13-80
Итого за Выпечка		Са-831, Fe-27, К-1 795, Mg-158, P-2 229, ВитаминЕ-17, Калорийность-2 222, Белки-146, Жиры-156, Углеводы-57, ВитаминС-9	92-10
Итого за день		Са-1 408, Fe-39, К-3 898, Mg-347, P-3 080, В1-1, ВитаминЕ-56, Калорийность-3 259, Белки-186, Жиры-203, Углеводы-173, ВитаминС-55	180-30

_____ Медсестра _____ Прокофьева Г.В.

Повар _____ Коровкина Н.М.